

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Волинський національний університет імені Лесі Українки**  
**Факультет психології**  
**Кафедра педагогічної та вікової психології**

*Дарія Гошовська*

**Перинатальна психологія та післяпологові депресивні стани :  
методичні рекомендації**

Луцьк – 2023

**УДК 159.922.6(02)**

**Г74**

© Дарія Гошовська. **Перинатальна психологія та післяпологові депресивні стани: методичні рекомендації.** Луцьк, 2023. 43 с.

**Рецензенти:**

• **Коць М.О.**, кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогічної та вікової психології

Рекомендовано до друку науково-методичною радою Волинського національного університету імені Лесі Українки ((№ 7 від 15.03.2023.)

Методичні рекомендації до ОК «**Перинатальна психологія та післяпологові депресивні стани**» призначені для магістрів денної та заочної форм навчання, можуть бути корисними для психологів, яких цікавлять проблеми перинатального розвитку особистості, а також перебігу та корекції післяпологових депресивних станів

© **Гошовська Д.Т., 2023**

© Волинський національний університету імені Лесі Українки, 2023

## **ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

ОК «Перинатальна психологія та післяпологові депресивні стани», призначений для здобувачів ОР «Магістр» денної та заочної форм навчання.

Предметом вивчення освітнього компонента «Перинатальна психологія та післяпологові депресивні стани» є особливості внутріутробного розвитку дитини та психологічного супроводу жінки на етапі планування, виношування та народження дитини, а також післяпологовий період, що супроводжується депресивними станами та розладами.

**1. Пререквізити:** Для вивчення ОК здобувачі потребують базових знань з дисциплін: «Загальна психологія», «Психофізіологія», «Вікова психологія», «Патопсихологія», «Клінічна психологія»,

**Постреквізити:** Основні положення освітнього компонента мають застосовуватися при вивченні таких ОК «Психологія коучингу», «Дитячий психоаналіз: діагностичний і терапевтичний дискурс»

### **2. Мета і завдання освітнього компонента**

Метою ОК «Перинатальна психологія та післяпологові депресивні стани» є формування системи знань, умінь та навичок з психолого-корекційної та консультативної діяльності.

#### **Основними завданнями ОК є:**

- Вивчення основних теоретичних та методологічних питань перинатальної психології;
- формування правильного емоційного фону, керівництво стресами, подолання страхів та тривог у жінок в період виношування та народження дітей;
- особливості організації та проведення груп психологічного супроводу вагітних, підготовки до пологів;
- індивідуальне консультування та психотерапія під час стресових, меланхолійних та депресивних станів.

### **3. Результати навчання (компетентності)**

Упродовж вивчення ОК здобувачі освіти повинні набути таких компетентностей:

*Загальних :*

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

*Спеціальних :*

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики.

СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

СК11. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

Методичні рекомендації з ОК «Перинатальна психологія та післяпологові депресивні стани» містять пояснювальну записку, тематику та завдання до практичних занять, питання для самоперевірки, орієнтовний перелік контрольних питань, діагностичний інструментарій, а також список рекомендованих джерел.

## **Тема 1. Материнство як галузь психологічного дослідження**

### **План**

1. Предмет, завдання та історіогенез перинатальної психології.
2. Характеристика основних розділів перинатальної психології. Основні завдання перинатального психолога.
3. Поняття «материнства» і його місце в психологічній науці.
4. Основні складові готовності до материнства.
5. Формування материнської сфери
6. Кризи становлення материнської сфери жінки. Становлення материнської ідентичності жінки.
7. Материнство і толерантність

### **Практичні завдання**

1. Укласти список наукових джерел (за останні 5 років) з проблем дослідження перинатальної психології.
2. Зробити презентацію з даної теми
3. Провести методику «Вербальний семантичний диференціал» В. Ф. Петренка для вивчення особистісного смислу і емоційного відношення матері до суб'єктивного образу себе як матері
4. Написати лист до своєї майбутньої дитини (описати, як ви очікуєте її народження, описати власні цінності сім'ї тощо).
5. Напишіть програму занять психологічного супроводу майбутніх батьків. У програмі зазначте мету, завдання роботи з парою (або з вагітними). Скористайтеся прикладом у додатках.

### **Питання для самоперевірки**

1. Пояснити основні завдання перинатальної психології.
2. Охарактеризувати основні розділи перинатальної психології.
3. Основні завдання перинатального психолога.
4. Назвати основні складові готовності до материнства.
5. Які є кризи становлення материнської сфери жінки.
6. Що включає в себе поняття материнство і толерантність

### Список рекомендованих джерел

1. Гошовська Д.Т. Перинатальна психологія і психологічний супровід материнства. Луцьк: Вежа, 2015. 172с
2. Кирилова Д. С. Психологічна готовність до материнства в структурі життєвих смислів жінки: теоретико-методологічний аналіз . *Психологія: реальність і перспективи* : збірник наукових праць. Рівнен. держ. гуманітар. ун-т. Рівне, 2017. Вип.8. С. 101-104. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp\\_2017\\_8\\_25](http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2017_8_25)
3. Даниленко Н. В. Психологічна готовність жінки до материнства: сучасні дослідження *Наука і освіта*. 2004. №4 – 5. С. 14–17.
4. Максимович О. М., Постовий В. Г. Особливості виховання дітей із розлучених сімей: *навчально-методичний посібник*. Київ: ДЦССМ, 2004. 140 с.
5. Проскурняк О. П. Огляд психологічних концепцій материнства в зарубіжній літературі. *Психологія: збірник наукових праць*. Київ: КНПУ ім. М. П. Драгоманова, 2004. Вип.24. С. 18–27.
6. Нероба М. В. Материнство як психологічний феномен. *Педагогічний процес: теорія і практика: зб. наук. пр. Київ. ун-т ім. Бориса Грінченка, Благод. фонд ім. Антона Макаренка*. Київ, 2015. Вип. 3(4). С. 90-93. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pptp\\_2015\\_3-4\\_21](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pptp_2015_3-4_21)
7. Яремчук Н.В. Психологічні особливості готовності молодої жінки до майбутнього материнства . *Вісник післядипломної освіти: збірник наукових праць*. Київ : Геопринт, 2008. Вип. 7. С. 234- 239.
8. Berns B., Nay F. Different faces of motherhood . N.-Y : Basic Books, 1988.

## Тема 2. Батьківство як психологічний феномен

### План

1. Батьківство як психологічний феномен. Основні підходи до розуміння сутності батьківства.
2. Готовність до батьківства та народження дітей.
3. Моделі і технології супроводу батьківства
4. Основні компоненти у структурі батьківства.
5. Соціально-психологічні чинники батьківства. Фактори батьківства.

### Практичні завдання

1. Написати есе на тему «Роль батька у моєму житті»
2. Аналіз ситуації «Які поступки батька я би не повторив (ла)»

### Питання для самоперевірки

1. Назвати основні підходи до розуміння сутності батьківства та охарактеризувати їх.
2. Що включає в себе батьківство як психологічний феномен.
3. Розкрити основні компоненти у структурі батьківства.
4. Які соціально-психологічні чинники батьківства
5. Пояснити фактори батьківства.

### Список рекомендованих джерел

1. Бартків О. С. Усвідомлене батьківство: теоретичні аспекти *Наук. вісн. Волин.нац. ун- ту ім. ЛесіУкраїнки*. Луцьк, 2010. № 23: Педагогічні науки. С. 192—196.
2. Булатевич Н. М. Пренатальна психологія та психологія батьківства: методичні рекомендації до вивчення навчальної дисципліни. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. 40 с.
3. Гошовська Д.Т. Перинатальна психологія і психологічний супровід материнства. Луцьк: Вежа, 2015. 172 с.
4. Пасічник, І. Сучасні шляхи профілактики жорстокого поводження з дитиною впродовж пренатального періоду. *Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей*. 2014. С. 701–703.

### Тема 3. Психологія вагітності та перинатального материнства

#### План

1. Вагітність як екзистенційна ситуація життя жінки: соціальна ситуація розвитку вагітної жінки: фізіологічні, емоційні, когнітивні, соціальні, екзистенційні зміни.
2. Поняття про базові пренатальні матриці С. Грофа.
3. Зачаття, мотиви та травмогенні фактори (травматичне зачаття, згвалтування).
4. Психологічний аналіз емоційного стану вагітних жінок.
5. Ставлення жінок до власної вагітності.
6. Мотиви народження дитини.
7. Страху і міфи вагітності.

#### Практичні завдання

1. Описати власні страхи щодо народження майбутньої дитини. Пояснити, чим вони зумовлені.
2. Проективна методика «Я і моя дитина».

#### Питання для самоперевірки

1. Охарактеризувати базові пренатальні матриці С. Грофа.
3. Які є мотиви та травмогенні фактори (травматичне зачаття, згвалтування) вагітних жінок.
4. Охарактеризувати емоційний стан вагітних жінок.
5. Назвати мотиви народження дитини.
7. Розкрити страхи і міфи вагітності.

#### Список рекомендованих джерел

1. Бергін А. Виховання в утробі матері. Дивовижні сенсорні здібності плоду. Київ: Аванпост, 2003. 202 с.
2. Гасюк М., Шевчук Г. Вагітність як нормативна криза особистості жінки. *Особистість у розбудові відкритого демократичного суспільства в Україні. Збірник матеріалів Другої міжнародної науково-практичної конференції.* Дрогобич: Коло, 2005. С. 132–133.
3. Гошовська Д.Т. Перинатальна психологія і психологічний супровід материнства. Луцьк: Вежа, 2015. 172с
4. Гроф С. Психологія майбутнього: уроки з сучасних досліджень свідомості. Львів : Афіша, 2015. 238 с.
5. Доній В. М., Несен Г. М., Сохань Л. В., Єрмаков І. Г. Життєві кризи особистості: *науково-методичний посібник*: у 2 т. Київ: ІЗМН, 1998. 568 с.



6. Пасічник, І. Сучасні шляхи профілактики жорстокого поводження з дитиною впродовж пренатального періоду. Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей. 2014. С. 701–703.

#### **Тема 4. Внутріутробний розвиток плоду (4 год.)**

##### **План**

1. Внутріутробний розвиток плоду. Фази пренатального періоду розвитку. Кризові моменти вагітності.
2. Вплив тератогенів на розвиток плоду. ФАС (фетальний алкогольний синдром). Візуальна діагностика.
3. Пренатальне виховання плоду та можливість спілкування з ним під час вагітності.
4. Музикотерапія під час вагітності та пологів.
5. Робота зі страхами під час вагітності методами арттерапії.
6. Робота психолога по підготовці вагітної жінки до пологів.
7. Симптоми кризи народження.

##### **Практичні завдання**

1. Провести дослідження за допомогою опитувальника «Взаємодія дорослий-дитина» І. М. Марковської для вивчення відображення матір'ю її відносин з дитиною у реальному життєвому середовищі.

##### **Питання для самоперевірки**

1. Назвати фази пренатального періоду розвитку.
2. Розкрити кризові моменти вагітності.
2. Назвіть основні симптоми ФАС (фетальний алкогольний синдром).
3. Які методи роботи зі страхами під час вагітності.
6. Розкрити симптоми кризи народження.

##### **Список рекомендованих джерел**

1. Бергін А. Виховання в утробі матері. Дивовижні сенсорні здібності плоду. Київ: Аванпост, 2003. 202 с.
2. Гасюк М., Шевчук Г. Вагітність як нормативна криза особистості жінки. *Особистість у розбудові відкритого демократичного суспільства в Україні.*

*Збірник матеріалів Другої міжнародної науково-практичної конференції.*  
Дрогобич: “Коло”, 2005. С. 132–133.

3. Гошовська Д.Т. Перинатальна психологія і психологічний супровід материнства. Луцьк: Вежа, 2015. 172с.
4. Кісарчук З. Психологічна допомога сім’ї: посібник . Київ, 1998. 182 с
5. Мальована Ю. М. Сімейні фактори формування материнської сфери у жінок із загрозою переривання вагітності. *Автореферат на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук.* Київ. 2007. 20 с.
6. Постоного В. Г. Програма формування педагогічної культури батьків . Київ, 2003. 108 с.
7. Постоного В. Г. Консультування сім’ї: методичні поради для консультування батьків. Ч. 2. Київ: ДЦССМ, 2003. 303 с.
8. Шевчук Г. С. Іщук О. Ю. Психологічна експрес-підготовка вагітних до пологів: особливості групової роботи з використанням методів арттерапії. *Актуальні проблеми практичної психології. Збірник наукових праць.* Херсон. ПП Вишемирський В. С. 2007. С. 231–236.

## **Тема 5. Психологічні аспекти порушення репродуктивних функцій жінки і девіантного материнства (4 год.)**

### **План**

1. Психосоматичні аспекти перинатальної психології і психології материнства: особистісні особливості жінок з різним репродуктивним статусом і патологією вагітності.
2. Прояви материнських девіацій. Причини девіантного материнства.
3. Ненормативна криза бездітності та особливості її подолання.
4. Сурогатне материнство.
5. Еко запліднення.
6. Проективний малюнок «Мої пологи», «Я і Моя дитина».

### **Практичні завдання**

1. Скласти план роботи з жінкою, яка має суїцидальні наміри.
2. Скласти план бесіди за такою структурою:
  - обговорення проблем, з якими жінка звернулася до психолога (на вибір);
  - діагностика вмісту материнської сфери і її онтогенезу;
  - виявлення змісту цінностей;
  - виявлення цінностей, що «впроваджуються»;
  - виявлення типу і тенденцій інтерференції цінностей;
  - визначення особливостей даного етапу розвитку материнської сфери.

### **Питання для самоперевірки**

1. Охарактеризувати особистісні особливості жінок з різним репродуктивним статусом і патологією вагітності.
2. Назвати відомі прояви материнських девіацій.
3. Охарактеризувати причини девіантного материнства.
3. Які основні симптоми ненормативної кризи бездітності.

### **Список рекомендованих джерел**

1. Блинова О. Є., Бабатіна С. І., Дудка Т. М., Одінцева А. М. Соціокультурні та психологічні вектори становлення особистості: *колективна монографія*. Херсон: ФОП Вишемирський В. С. 2018. 428 с.
2. Гошовська Д.Т. Перинатальна психологія і психологічний супровід материнства. Луцьк: Вежа, 2015. 172с.
3. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: активне соціально-психологічне навчання: *навчальний посібник*. Київ: Вища школа, 2004. 679 с.

## **Тема 6. Практичні питання психологічної допомоги в материнстві (4 год.)**

### **План**

1. Моделі і завдання психологічної допомоги жінці на етапі материнства.
2. Мета і завдання психологічної служби допомоги жінці і родині в період планування, виношування і раннього розвитку дитини.
3. Перинатальні втрати.
4. Робота з втратою.
5. Супровід і психологічна підтримка жінки.

### **Практичні завдання**

1. Скласти рекомендації по роботі з втратою (на різних етапах)
2. Скласти 10 тестових завдань до тем.

### **Питання для самоперевірки**

1. Охарактеризувати моделі і завдання психологічної допомоги жінці на етапі материнства.
2. Розкрити перинатальні втрати.
4. Які етапи роботи з втратою.
5. У чому полягає супровід і психологічна підтримка жінок на різних етапах.

### **Список рекомендованих джерел**

1. Гасюк М., Ішук О., Шевчук Г. Використання психомалюнку для психологічної підготовки. *Психологія і суспільство*. 2006. № 3. С. 140 –148.
2. Гасюк М. Врахування вікових особливостей породіль при наданні консультаційної допомоги психологом у перинатальному закладі. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*.

*Випуск 41. Серія: психологічні науки: збірник наукових праць у 2 -х т. Чернігів: ЧОПУ, 2006. Вип. 41. Том 1. С. 53 –56.*

3. Гошовська Д.Т. Перинатальна психологія і психологічний супровід материнства. Луцьк: Вежа, 2015. 172с
4. Яценко Т., Теслюк П. Особливості застосування малюнкових методик у роботі групи АСПН та у практиці онтопсихологічного дослідження: контури порівняльного аналізу. *Психологія і суспільство*. 2005. №4. С. 131. – 135.
5. Яценко Т. С., Чобітько М. Г., Доцевич Т. І. Малюнок у психокорекційній роботі психолога-практика на матеріалі психоаналізу комплексу тематичних малюнків. Черкаси: “Брама”, 2003. 216 с.

## **Тема 7. Післяпологові депресивні стани (4 год.)**

### **План**

1. Особливості, причини та перебіг післяпологових депресивних розладів.
2. Симптоми післяпологової депресії.
3. Депресія і післяродовий психоз.
4. Методи психологічної допомоги.
5. Психотерапевтична допомога.

### **Практичні завдання**

1. Сформулювати способи корекції депресивних станів.
2. Скласти основні рекомендації з корекції депресії.

### **Питання для самоперевірки**

1. Охарактеризувати особливості, причини та перебіг післяпологових депресивних розладів.
2. Назвіть симптоми післяпологової депресії.
3. Що таке депресія і післяродовий психоз.
4. Які методи психологічної допомоги.
5. Сутність психотерапевтичної допомоги.

### **Список рекомендованих джерел**

1. Астахова В. М., Пузь І.В. Пренатальна і перинатальна психологія *Жіночий лікар*. 2011. № 1. С. 41–42.  
<http://new.zl.com.ua/upload/journals/33/block33site10.pdf>
2. Біла, І. М. Перцептогенезис у пренатальний період розвитку. *Практична психологія та соціальна робота*. 2012. № 7. С. 48-53.
3. Гошовська Д.Т. Перинатальна психологія і психологічний супровід материнства. Луцьк: Вежа, 2015. 172с

### **Завдання для самостійного опрацювання**

1. Вагітність як екзистенційна ситуація життя жінки: соціальна ситуація розвитку вагітної жінки: фізіологічні, емоційні, когнітивні, соціальні, екзистенційні зміни.
2. Мотиви народження дитини. Напрямки корекційної роботи у супроводі дітей-сиріт, малозабезпечених, безпритульних.
3. Психосоматичні аспекти перинатальної психології і психології материнства: особливості жінок з різним репродуктивним статусом і патологією вагітності.
4. Моделі і завдання психологічної допомоги жінці на етапі материнства.
5. Материнська депривація. Відмова матері від дитини.
6. Феномен соціального сирітства.
7. Концепції болю при пологах
8. Психологія втрати.

#### **Список рекомендованих джерел**

1. Бортнікова О. Г. (2021) Особливості вияву депресивних станів у різних вікових груп. (n.d.), Retrieved June 11, 2022 from [http://www.sls.lvduvs.edu.ua/documents\\_pdf/arhiv/sps\\_1\(11\)\\_2021/22.pdf](http://www.sls.lvduvs.edu.ua/documents_pdf/arhiv/sps_1(11)_2021/22.pdf)
2. Портальна, І., Кривоглавий, Й. (2013). Як впоратися з депресією.
3. Прашко Я., Прашкова Г., Прашкова Я. (2003). Депресія і як з нею боротися.
4. Степанова, О. А. (2017). Превенція депресивних станів дівчат-підлітків у межах діяльності шкільної психологічної служби. *Науковий часопис Зб Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова*. Серія 11: Соціальна робота. Соціальна педагогіка, (23), 111-118.

### **Орієнтовний перелік контрольних питань**

1. Пренатальна психологія: підходи до визначення.
2. Предмет пренатальної психології та психології батьківства.
3. Виникнення та становлення пренатальної психології. Розвиток уявлень про психічне життя до народження в донауковий етап становлення психології.
4. Завдання та актуальні напрямки досліджень у пренатальній психології та психології батьківства.
5. Методи пренатальної психології.
6. Завдання та напрямки діяльності пренатального психолога: організація та проведення груп психологічного супроводу вагітних, підготовки до пологів, супровід грудного вигодовування, індивідуальне консультування та психотерапія.
7. Багатоманіття теоретичних підходів до розуміння феномену батьківства. Батьківство як частина особистісної сфери чоловіка/жінки. Батьківство як умова розвитку дитини.
8. Методи діагностики дитячо-батьківських стосунків. Структура написання психологічного заключення за результатами діагностики.
9. Стадії розвитку батьківства (Г. Філіпова, Е. Галінскі).
10. Функції батька та психічний розвиток дитини.
11. Психологічна готовність до батьківства. Діагностика психологічної готовності до материнства. Проективна методика “Я і моя дитина”.
12. Материнська домінанта. Психологічна готовність до материнства (М. Ланцбург, Г. Філіпова, Ю. Мещерякова та ін.).
13. Психологія зачаття: індивідуальні типи планування вагітності. Технології роботи з сім'єю, яка планує дитину.
14. Материнство в концепції Г. Г. Філіпової. Материнство як частина особистісної сфери жінки.
15. Поняття материнської потребнісно-мотиваційної сфери особистості: зміст та структура.
16. Фізіологія та психологія вагітної жінки.
17. Формування діади “мати – дитина” під час вагітності.
18. Стили переживання вагітності (Г. Г. Філіпова).
19. Періодизація розвитку в пренатальний період.
20. Особливості психічного розвитку в першому, другому та третьому триместрах вагітності.
21. Вплив емоційного стану матері на розвиток психіки дитини.
22. Поняття емоційного благополуччя дитини та його формування в пренатальний період (Г. Г. Філіпова).
23. Періодизація пологів. Психологія жінки та дитини в пологах.
24. Базові пренатальні матриці БПМ-II, БПМ-III, БПМ-IV (С. Гроф).
25. Психологічні особливості жінки в післяпологовий період.

26. Післяпологова депресія.
27. Технології на напрямки психологічної допомоги жінці в післяпологовий період.
28. Пренатальні втрати та робота психолога з сім'єю, яка переживає пренатальну втрату.
29. Фізіологічний та психологічний аспекти грудного вигодовування.
30. Психологічні чинники порушення лактації.
31. Психологічна допомога при порушеннях лактації.
32. Розвиток батьківської сфери особистості в ранньому віці.
33. Розвиток батьківської сфери в молодшому шкільному віці.
34. Розвиток батьківської сфери в дошкільному віці.
35. Розвиток батьківської сфери в підлітковому віці.
36. Поняття психологічної готовності до батьківства.
37. Післяпологова депресія матері та психічний розвиток дитини.
38. Психологічна підготовка до пологів.
39. Поняття природних та партнерських пологів.
40. Психологія жінки в пологах.
41. Психологічні переживання дитини під час пологів.
42. Поняття пологової травми та її віддалених наслідків для психічного життя.
43. Історієнез розвитку, мета і базові концепції перинатальної психології.
44. Психологічні концепції та моделі вагітності.
45. Мотивація вагітності.
46. Стили проживання вагітності.
47. Комплексна диференційована діагностика під час вагітності.
48. Психосоматози під час вагітності.
49. Кризові моменти вагітності.
50. Вибрані психотехніки в перинатальній психотерапії.
51. Робота зі страхами під час вагітності
52. Психологічні аспекти пологів за періодами.
53. Вчення про базові перинатальні матриці та їх вплив на проживання нормативних криз розвитку на протязі існування.
54. Концепції болю при пологах.
55. Психологічні та фізіологічні аспекти кесаревого розтину, його вплив на параметри адаптивності та світосприйняття дитини.
56. Післяродова адаптація матері та дитини.
57. Психотерапія психосоматичних та афективних порушень у жінок після пологів.
58. Післяпологова депресія, причини, особливості прояву.
59. Основні методи роботи з післяпологовими депресивними станами
60. Психоаналітичні концепції розвитку.

61. Ранній неонатальний період. Особливості стану новонародженого та догляд за дитиною в перші тижні після пологів.
62. Нейропсихологія раннього дитячого віку. Формування психічних функцій: сприйняття, мови та функцій руху.
63. Особливості перебігу післяпологових депресивних станів, причини виникнення та основні етапи перебігу.
64. Основні напрямки роботи з жінками, що переживають післяпологову депресію.
65. Моделі та техніки роботи з втратами.
66. Типи переживання вагітності.
67. Проблема «небажаних дітей».
68. Сурогатне материнство.
69. Психологічні особливості ранньої вагітності.
70. Вікові кризи розвитку особистості (криза першого та третього років життя)



## Рекомендована література та інтернет-ресурси

### Основна література

1. Аксьонова С. Ю. *Підліткове материнство: демографічний аспект проблеми : монографія*. Київ : Сочінський М. М., 2016. 184 с.
2. Астахова В. М., Пузь І.В. Пренатальна і перинатальна психологія *Жіночий лікар*. 2011. № 1. С. 41–42.  
<http://new.zl.com.ua/upload/journals/33/block33site10.pdf>
3. Біла, І. М. Перцептогенезис у пренатальний період розвитку . *Практична психологія та соціальна робота*. 2012. № 7. С. 48-53.
4. Божук О. А. Материнство як особливий прояв нужди та потребнісно-мотиваційної сфери особистості жінки. *Архів психіатрії*. 2013. Т. 19. № 1 С. 120-123. [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/apsuh\\_2013\\_19\\_1\\_29.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/apsuh_2013_19_1_29.pdf)
5. Булатевич Н. М. Пренатальна психологія та психологія батьківства: методичні рекомендації до вивчення навчальної дисципліни. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. 40 с.
6. Гошовська Д.Т. Перинатальна психологія і психологічний супровід материнства. Луцьк: Вежа, 2015. 172с.
7. Дегтяренко Т. В., Буряк М.Г. Психофізіологічні аспекти феноменології материнства. *Інтегративна антропологія : міжнар. мед.-філософ. журн.* Одес. держ. мед. ун-т. Одеса, 2016. № 1. С. 69-73.  
[http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ia\\_2016\\_1\\_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ia_2016_1_16)
8. Кирилова Д. С. Психологічна готовність до материнства в структурі життєвих смислів жінки: теоретико-методологічний аналіз *Психологія: реальність і перспективи* : зб. наук. пр. Рівнен. держ. гуманітар. ун-т. Рівне, 2017. Вип.8. С. 101-104. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp\\_2017\\_8\\_25](http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2017_8_25)
9. Нероба М. В. Материнство як психологічний феномен *Педагогічний процес: теорія і практика* : зб. наук. пр. Київ. ун-т ім. Бориса Грінченка, Благод. фонд ім. Антона Макаренка. Київ, 2015. Вип. 3/4. С. 90-93.  
[http://nbuv.gov.ua/UJRN/pptp\\_2015\\_3-4\\_21](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pptp_2015_3-4_21)
10. Пасічник, І. Сучасні шляхи профілактики жорстокого поводження з дитиною впродовж пренатального періоду. *Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей*. 2014. С. 701–703.
11. Перун М. Б. Типологія емоційного ставлення жінок до материнства *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 6. С. 11-16
12. Проскурняк О. П. Чинники та етапи становлення материнства *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 3. С. 13-16.
13. Сергєєнкова О. П. , Столярчук О. А. , Коханова О. П. , Пасєка О. В. Зародження психіки дитини у пренатальному періоді . *Вікова психологія : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.* Київ : ЦУЛ, 2012. С. 86–100.

### Додаткова література

1. Булатевич Н. М. Психічне життя до народження: розвиток та виховання сенсорної сфери. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том XI. Соціальна психологія. Вип. 6. Книга I. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 502 с. С. 93-101.
2. Гасюк М. Врахування вікових особливостей породіль при наданні консультаційної допомоги психологом у перинатальному закладі. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Випуск 41. Серія: психологічні науки: Збірник наукових праць у 2-х т. Чернігів: ЧОПУ, 2006. Вип. 41. Том 1. С. 53–56.
3. Гасюк М. Перспективи розвитку психології вагітності Особистість у розбудові відкритого демократичного суспільства в Україні. *Збірник матеріалів Другої міжнародної науково-практичної конференції*. Дрогобич: “Коло”, 2005. С. 301–302.
4. Гасюк М., Іщук О., Шевчук Г. Використання психомалюнку для психологічної підготовки вагітної жінки до пологів (30–40 тижні вагітності) *Психологія і суспільство*. 2006. № 3. С. 140–148.
5. Гасюк М., Шевчук Г. Вагітність як нормативна криза особистості жінки Особистість у розбудові відкритого демократичного суспільства в Україні. *Збірник матеріалів Другої міжнародної науково-практичної конференції*. Дрогобич: “Коло”, 2005. С. 132–133.
6. Гасюк М. Б., Шевчук Г. С., Іщук О. Ю. Психологічні особливості емоційного стану вагітної жінки у першому триместрі вагітності (виношування першої дитини) *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. ІваноФранківськ: ВЦВ ЦІТ, 2006. Вип. 11. Ч. 2. С. 118–124.
7. Гроф С. Психологія майбутнього: уроки з сучасних досліджень свідомості. Львів : Афіша, 2015. 238 с.
8. Доній В. М., Несен Г. М., Сохань Л. В., Єрмаков І. Г. Життєві кризи особистості: *науково-методичний посібник*. Київ: ІЗМН, 1998. 568 с.
9. Корнієнко О. В. Індивідуально-психологічна діагностика при розробці програм збереження здоров'я жінок (на матеріалах кризового періоду). *Автореферат на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Київ. 1994. 26 с.
10. Постового В. Г. Консультування сім'ї: методичні поради для консультування батьків. Київ: ДЦССМ, 2003. 303 с.
11. Яблонська Т. М. Розвиток ідентичності дитини в системі сімейних взаємин : монографія. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2013. 444с.
12. Ed. By Evertz K., Janus L., Linder R. *Handbook of Prenatal and Perinatal Psychology: Integrating Research and Practice*. Springer International Publishing, 2020.



## Додатки

## Додаток А

**Анкета для визначення виду життєвого сценарію та типу ставлення до вагітності**

Інструкція. Вагітність – особливий період у твоєму житті. Нові відчуття, переживання, думки та емоції... але чомусь не завжди позитивні. Невже так діють гормони? Так, але не тільки. Важливу роль відіграють фактори навколишнього середовища.

Ми пропонуємо виконати кілька цікавих завдань, які допоможуть тобі краще зрозуміти себе, а психологам дадуть ключик до розгадки таємниць душевного життя вагітної жінки.

1.«Улюблений герой чи героїня». Інструкція: пригадай, будь ласка, свого улюбленого дитячого героя. Це може бути персонаж казки. Можливо, це герой чи героїня п'єси, книги або фільму. Це може бути навіть реальна людина. Хто цей персонаж? Який він?

2. Дитячі спогади. Інструкція: опишіть, будь ласка, свій найяскравіший дитячий спогад.

3. Закінчи, будь ласка, наступні речення:

1. Вагітність для мене....
2. Пологи для мене....
3. Вести активний образ життя під час вагітності....
4. Стати на облік до жіночої консультації....
5. Мій чоловік (партнер)....
6. Під час вагітності оточуючі повинні....
7. Відвідування дискотек під час вагітності....
8. Вживання алкоголю під час вагітності....
9. Тютюнопаління під час вагітності....
10. Я боюсь....
11. Мій страх викликаний....

**МАЛЮНКОВИЙ ТЕСТ “Я І МОЯ ДИТИНА” Г. Г. ФІЛПОВОЇ**

Мета дослідження. Вивчення материнської сфери жінки, особливості переживання вагітності жінкою. Автор методики описала 6 стилів переживання вагітності жінкою. Стиль переживання вагітності описується за низкою критеріїв, які можуть бути оцінені під час спостережень протягом вагітності: фізичне та емоційне переживання моменту ідентифікації вагітності, переживання симптоматики вагітності, динаміка переживання симптоматики за триместрами вагітності, переважний фон настрою за триместрами вагітності, переживання першого відчуття ворухіння дитини, переживання ворухінь дитини протягом другої половини вагітності, зміст активності жінки в третьому триместрі вагітності.

6 стилів переживання вагітності (за Г. Г. Філіповою):

1. Адекватний стиль. Ідентифікація вагітності без сильних та тривалих негативних емоцій, живіт нормальних розмірів, соматичні відчуття відмінні від стану “невагітності” (інтенсивність – середня, добре виражена). В 1 триместрі можливе зниження настрою, але без депресії, в 2 триместрі – благополучний емоційний стан, в 3 – підвищення тривожності, яка знижується в останній тиждень. Активність у 3 триместрі спрямована на підготовку до післяпологового періоду. Перше ворухіння жінка відчуває в 16-20 тижнів, переживається позитивно, є приємним за соматичним відчуттям. Наступні ворухіння відрізняються від першого, не характеризуються негативними соматичними та емоційними переживаннями.

2. Тривожний стиль. Ідентифікація вагітності тривожна, зі страхом. Живіт завеликих або замалих за терміном вагітності розмірів. Соматичний компонент сильно виражений за типом хворобливого стану. Емоційний стан у 1 триместрі – підвищено тривожний чи депресивний, в 2 триместрі – не спостерігається стабілізації, повторюються тривожні чи депресивні епізоди, в 3 триместрі це підсилюється. Активність у 3 триместрі пов’язана зі страхами за результат вагітності, пологів, післяпологовий період. Перше ворухіння відчувається рано, супроводжується тривалими сумнівами або навпаки – точними спогадами про дату, час, умови, переживається з тривогою, можливі больові відчуття. Подальші ворухіння пов’язані

з тривогою за здоров'я дитини та своє, характерна спрямованість на отримання додаткових відомостей.

3. Ейфоричний стиль. Всі характеристики мають неадекватну ейфоричну забарвленість, присутнє некритичне ставлення до можливих проблем вагітності та материнства, немає диференційованого ставлення до характеру ворушінь дитини. Зазвичай ускладнення з'являються на кінець вагітності. Проективні методи показують неблагополуччя в очікуваннях післяпологового періоду.

4. Ігноруючий стиль. Ідентифікація вагітності дуже пізня, супроводжується почуттям досади чи неприємного здивування; живіт занадто маленький. Соматичний компонент взагалі невиражений або стан є навіть кращим, ніж до вагітності. Динаміки емоційного стану за триместрами немає або ж може бути наявним підвищення активності та загального емоційного тону. Перше ворушіння спостерігається дуже пізно, всі наступні мають характер фізичних переживань, на кінець вагітності характеризуються як такі, що завдають фізичної незручності. Активність у 3 триместрі підвищується та спрямована на змісти, не пов'язані з дитиною.

5. Амбівалентний стиль. Загальна симптоматика схожа на тривожний тип, особливістю є різко протилежні за фізичними та емоційними відчуттями переживання ворушіння, характерним є виникнення больових відчуттів, інтерпретація своїх негативних емоцій переважно виражена як страх за дитину чи наслідки вагітності та пологів. Характерні посилення на зовнішні обставини, які заважають благополучному переживанню вагітності.

6. Стиль відторгнення. Ідентифікація вагітності супроводжується різкими негативними емоціями, вся симптоматика виражена різко та негативно фізично та емоційно забарвлена (переживання вагітності як покарання, завади тощо). Відчуття ворушіння забарвлені неприємними фізичними відчуттями, супроводжуються незручностями, відчуттям гидливості. В кінці вагітності можливі сплески депресивних чи афективних станів.

Особливості стилю переживання вагітності відображається в малюнковому тесті "Я і моя дитина".

Процедура проведення. Досліджуваній пропонується аркуш паперу, олівець та дається інструкція: “Намалюйте себе і свою дитину”.

#### Оцінка результатів

За тестом враховується:

- 1) наявність на малюнку матері та дитини;
- 2) зміст образу дитини, вік;
- 3) наявність спільної діяльності з матір'ю, психологічна дистанція;
- 4) характеристика загального стану (благополучний, невпевненість у собі, тривожність, ознаки конфліктності та ворожості) за формальними показниками малюнкових тестів, прийнятими у психодіагностиці. За цим показником виокремлені групи: сприятлива ситуація (1); незначні ознаки тривоги, невпевненості та конфліктності (2); тривога та невпевненість у собі (3); конфлікт з вагітністю (4).

Діагностично значущі особливості малюнку:

- відсутність на малюнку себе;
- відсутність на малюнку дитини;
- заміна образу себе чи/та дитини на символ, рослину, тварину;
- дитина схована в колисці, животуку матері;
- ізоляція дитини;
- просторова дистанція матері та дитини.

Опис симптомокомплексів, що характеризують типи малюнків

#### 1. Сприятлива ситуація.

##### Формальні ознаки

Якість лінії, розташування малюнку в центральній частині аркушу, розміри малюнка відповідають прийнятим у психодіагностиці (не менше ніж 1/3 і не більше ніж 2/3 аркушу. За наявності додаткових елементів сюжету (дерева тощо) малюнок займає більшу частину аркушу. Відсутність закреслювань, витирань, перемальовок, малювань на зворотній частині, відмов, пауз понад 15 секунд, позитивні емоції під час малювання.

##### Змістові ознаки

- наявність на малюнку себе і дитини;

- відсутність заміни образів себе і дитини на рослини, тварини тощо;
- співрозмірність фігур матері та дитини;
- відсутність інших людей;
- додаткові предмети та деталі одягу не складають основну частину малюнку, їхня кількість, міра промальовки, розміри не тяжіють над фігурами матері та дитини;
- наявність спільної діяльності матері та дитини;
- наявність тілесного контакту (мати тримає дитину на руках чи за руку);
- дитина не схована (у ліжечку, колясці, пелюшках чи животі матері) та не ізольована (дитина, загорнута в пелюшки з промальованим обличчям, яку мати тримає на руках – гарна ознака);
- промальовка обличчя дитини;
- всі фігури намальовані обличчям до глядача;
- вік дитини наближається до віку немовляти прогресивно з 1 до 3 триместра, після пологів – реальний вік.

## 2. Незначні симптоми тривоги, невпевненості, конфліктності.

### Формальні ознаки

Достатньо крупний малюнок, ознаки тривоги, невпевненості, які виражені в чіткості ліній, недостатньо крупний малюнок, розташування в нижній частині аркушу або ближче до одного з кутів, наявність лінії основи, незначна штрихова.

### Змістові ознаки

- наявність на малюнку себе та дитини без заміни образів;
- фігура дитини занадто велика чи занадто маленька;
- наявність чоловіка, інших дітей;
- значна кількість додаткових предметів, їхні розміри є завеликими відносно розмірів матері й дитини;
- дитина в колясці чи іншому рухомому об'єкті (ковзани, гойдалка тощо), при цьому мати тримає дитину за руку чи деталь об'єкта, в якому розташована дитина;
- фігура та обличчя дитини промальовані, всі фігури зображені обличчям до глядача чи в профіль;



- спільна діяльність може бути відсутня;
- вік дитини у вагітної в межах раннього, на кінець вагітності наближується до віку немовляти, після пологів – реальний вік.

### 3. Тривога та невпевненість у собі.

#### Формальні ознаки

Малюнок дуже маленький, внизу аркушу чи кутку, наявність лінії основи, штрихова у великій кількості. Характер ліній: або з притиском, або невпевнені.

#### Змістові ознаки

- наявність на малюнку себе та дитини без заміни образів;
- фігура дитини занадто велика чи занадто маленька;
- недостатня промальовка фігур та обличчя себе й дитини, схематизація;
- велика кількість додаткових об'єктів, їх збільшені порівняно з фігурами матері та дитини розміри, вони займають майже весь аркуш;
- детальна промальовка деталей одягу;
- контакт з дитиною може бути по типу 1 чи 2 або поряд з дитиною без контакту (при цьому дитина не ізольована), можливі протягнуті руки без прямого контакту;
- спільна діяльність відсутня;
- наявність на малюнку декількох членів сім'ї, своєї матері.
- вік дитини у вагітної в межах дошкільного, на кінець вагітності наближується до раннього або віку немовляти, після пологів – реальний вік.

### 4. Конфлікт з вагітністю чи ситуацією материнства.

#### Формальні ознаки

Відмова від малювання, перегортання, згинання аркушу, наявність стирань, перемальовок, перекреслювань, великі плями чорного кольору, неадекватне використання розмірів малюнку (занадто дрібно або не вміщується частина малюнку, насамперед – фігура матері та дитини).

#### Змістові ознаки

- відсутність на малюнку себе чи/та дитини;
- заміна образу себе чи/та дитини на рослину, тварину, символ;

- відсутність спільної діяльності та контакту з дитиною;
- дитина схована (в пелюшках, колисці, животі матері);
- дитина ізольована за допомогою предметів, які відокремлюють її від матері, інколи повністю ізольована, без контакту з матір'ю (колиска, коляска, килимок, гойдалки тощо);
- велика просторова дистанція між фігурами матері та дитини;
- фігури намальовані спиною;
- відсутність обличчя, рідше – тіла;
- велика кількість додаткових деталей, їх великі порівняно з фігурами матері та дитини розміри, вони займають практично весь аркуш;
- вік дитини – дошкільний, рідше – ранній. На кінець вагітності – не знижується, навіть збільшується, після пологів – дитина більш старшого, рідше – більш молодшого віку, ніж у реальності.

## МЕТОДИКА “БАТЬКІВСЬКИЙ ТВІР” О. А. КАРАБАНОВОЇ

*Мета дослідження.* Призначена для діагностики батьківської позиції та типу сімейного виховання, виявлення особливостей сприймання та переживання батьком/матір'ю характеру стосунків та взаємодії з дитиною. Методика дає змогу зібрати анамнестичну інформацію та більш повно реконструювати історію розвитку дитини, а також отримати опис проблем розвитку дитини “очима батьків”, виявити зони конфлікту в дитячо-батьківській взаємодії, визначити особливості локусу контролю батьків, об'єктивувати в письмовому вигляді скаргу та запит батьків до консультанта.

На думку авторів методики, вона має високий корекційний потенціал, оскільки матеріали творів є першим кроком у рефлексії батьками проблем виховання дитини.

Процедура проведення. Методика “Батьківський твір” рекомендується до використання на етапі діагностики та збору анамнестичних даних у процесі консультування. Базовими темами батьківського твору є відкриті теми “Моя дитина” та “Я як батько/мати”. Залежно від мети дослідження та міри готовності батька/матері до виконання завдання формулювання може бути змінене у напрямку більшої конкретизації. Так, для уточнення історії розвитку дитини пропонується тема “Історія життя моєї дитини”; для аналізу розвитку та зміни батьківського ставлення та батьківської позиції – “Історія мого материнства(батьківства)”; для виявлення ціннісно-сміслових установок та мети виховання – “Якою я хочу виховати свою дитину”. Темі “Що подобається в моїй дитині та що я хотів/хотіла б змінити” й “Мої вимоги та заборони” надають можливість конкретизувати цілі виховання, систему вимог та заборон, що ставляться перед дитиною, оцінити ефективність виховання.

У процесі виконання завдання батьки часто неочікувано для себе відкривають особливості своєї поведінки щодо дитини та розуміють необхідність її зміни. Отже, рішення про доречність пошуку нових стратегій та тактик виховання, необхідність роботи над собою не нав'язуються батькам психологом “зверху”, а стають продуктом самостійного зрілого рішення батьків. Якщо темою твору є позиція батьків, їхні виховні установки та методи, то можуть бути запропоновані такі формулювання теми,

як: “Що мені подобається і що не подобається в собі як у батькові/матері” та “Що я хотів би змінити в собі як у батькові/матері”.

Тема твору надається у довільній формі, без конкретизації того змісту, який має бути представлений. Психолог пропонує написати батькові/матері все, що він/вона хоче і вважає важливим та потрібним. Час написання твору не обмежується. Твір може бути написаний як удома, так і під час очікування дитини, яка проходить психологічне обстеження. У випадках, коли скарги батьків та реальні проблеми дитини пов’язані з дисгармонійністю типу сімейного виховання та порушенням дитячо-батьківських стосунків, вкрай бажано проведення методики “Батьківський твір” з обома батьками, а також з фактичними вихователями дитини.

Базова інструкція до твору “Моя дитина”: “Шановний батько/мама! Вам необхідно максимально повно у вільній формі розповісти про свою дитину. Повідомте, будь ласка, найголовніше, поділіться своїми тривогами. Лише в цьому випадку педагоги (психологи) зможуть надати вам дієву допомогу. Обсяг вашої розповіді про дитину необмежений”.

#### Оцінка результатів

При інтерпретації твору враховуються 3 групи параметрів:

- 1) поведінка батька/матері в процесі виконання завдання;
- 2) формальні показники;
- 3) змістові показники.

До значущих характеристик поведінки батька/матері під час виконання завдання належать:

- Особливості сприйняття завдання (відмови, повторювані питання про зміст твору).

Мотивування відмов: складність завдання (“дуже важке завдання”), відсутність часових та інтелектуальних можливостей його виконання (“немає часу”, “не знаю про що писати”, “давно нічого не писала, відучилась зв’язано писати” тощо). Відмова нерідко супроводжується альтернативними пропозиціями від батьків розповісти про свою дитину, про проблеми більш докладно, відповісти на будь-які питання психолога, відповісти на питання анкети та запитальника. У таких випадках відмова

часто буває зумовлена об'єктивною складністю виконання завдань для осіб, які не мають постійної практики та досвіду письмового викладення своїх думок та почуттів.

Категорична відмова виконати завдання батьками з високим рівнем розвитку вербальних здібностей може бути розцінена як прояв психологічного захисту та бар'єрів на шляху усвідомлення своїх взаємин з дитиною. Надокучливі питання про зміст твору, які актуалізуються й після повторення психологом-консультантом інструкції, свідчать про високу соціальну тривожність та особистісну невпевненість батьків.

- Спроби переписування, наявність чернеток твору.

Зустрічаються в практиці зрідка. Чернетки є надійним індикатором гіперсоціалізації клієнта – його залежності від соціального схвалення. Спроби переписування, в яких присутні досить кардинальні зміни змісту

тексту, можуть відображати як наявність перепон та бар'єрів в усвідомленні проблем дитини, так і позитивну динаміку усвідомлення батьками проблем взаємин з дитиною. В останньому випадку спроби мають не лише діагностичне, але й корекційне значення. Якщо повторний варіант твору відображає глибше усвідомлення проблеми клієнтом, її причин та можливостей вирішення, можна говорити про певні зсуви в усвідомленні проблеми батьками. Проте факт такої позитивної динаміки вдається встановити лише в результаті зіставлення першого варіанту твору з наступним, що не завжди є можливим. Навпаки, досить часто ми стикаємось з іншим варіантом “покращення” твору, коли через спрацювання захисних механізмів результатом переписування твору є “лакування” дійсності, згладжування гострих кутів у стосунках та створення образу “ідеальних батьків”, який відповідає соціальним очікуванням та зразкам, еталонним для самого автора твору.

- Емоційне ставлення до завдання.

Особливості міміки, пантоміміки, жестів, зміна настрою в процесі твору є інформативними для оцінки характеру ставлення батька/матері до дитини, особливостей самоприйняття, а також міри емоційної залученості батьків у проблеми

стосунків з дитиною (від гіперзалученості на основі симбіотичного союзу до індиферентності та незацікавленості).

Емоційне ставлення до завдання дає змогу оцінити спосіб афективного реагування на фрустрацію.

- Коментарі під час виконання.

- Час виконання завдань.

Формальні показники:

- обсяг твору;

- форма, мова та стиль розповіді;

- частка проблем виховання в загальному тексті твору;

- епіграфи;

- форма листа до співрозмовника, “канцелярська” форма;

- підкреслювання в тексті з виокремленням головного;

- малюнки в тексті;

- структурування простору аркуша (поля, лінійки, абзац тощо).

Змістові показники є найважливішими для інтерпретації батьківських творів. До них належать:

- відповідність твору заданій темі;

- співвідношення трьох планів твору – “дитина”, “один з батьків”

(автор твору), “наші стосунки”;

- використання в творі імені дитини;

- опис історії розвитку дитини, її індивідуально-особистісних якостей та уподобань;

- особливості стосунків дитини з членами сім’ї;

- оцінка дитини в прямій чи непрямій формі (позитивна, негативна, амбівалентна);

- ставлення автора до дитини;

- опис системи сімейного виховання, що реалізується батьками, та оцінка її ефективності.

Обробка батьківських творів

*Твір обробляється методом контент-аналізу. При цьому слід звертати увагу на такі обставини:*

1. Полегшуючим моментом для аналізу є той факт, що багато даних про дитину відомі заздалегідь і достовірно, наприклад: стать, вік, національність, місце проживання, походження тощо.

2. Обсяг твору зазвичай не перевищує 30 речень, а цінність проєктивної продукції зростає зі збільшенням обсягу інформації. Замалий обсяг твору свідчить про те, що ані дитина, ані її проблеми не є істинним мотивом звернення.

3. Весь твір загалом пов'язаний з мотивом звернення в консультацію. Суттєвим показником актуальності проблеми є часова перспектива, в якій

викладається інформація. Якщо автор переважно використовує минулий час, то, скоріше за все, проблема вже в минулому та не є значущою на даний момент.

Зміст твору, особливо характер викладу даних, можуть визначатися характером стосунків, що склалися між психологом та батьком/матір'ю. Так, при формальному ставленні психолога, текст може подаватися холодно; якщо в попередній бесіді психолог дорікнув батька/матір у проблемах дитини, то твір може набути форми виправдання.

Контент-аналіз батьківських творів здійснюється за такими категоріями: симпатія – антипатія, близькість – віддаленість, повага – неповага.

Симпатія:

- милування, розчулення від дитини; схвалення її вчинків; доброзичливість;
- використання імені дитини, емоційно забарвлених слів, пестливих, зменшувальних суфіксів, її улюблених слів;
- пом'якшення чи виправдання негативних рис, соціальних параметрів у характері дитини.

Антипатія:

- негативне ставлення до зовнішності дитини, негативна оцінка рис, навіть соціально схвалюваних, перебільшення негативних рис;
- недоброзичливе ставлення до особистості, думок, почуттів, захоплень дитини;

- роздратування з приводу динамічних рис її поведінки, неадекватна дратівливість з приводу дрібниць;

- обурення, докори, зла іронія з приводу навчання дитини, її ставлення до дорослих та однолітків;

- несхвалення її зачіски, манери одягатися тощо.

#### Повага:

- висока оцінка інтелекту, визнання чеснот, повага до занять та захоплень дитини;

- підкреслення, вказування в особистості дитині на соціально схвалювані риси;

- ставлення до дитини як до рівної;

- повага дитини як конкурента, відчуття конкуренції з боку дитини.

#### Неповага:

- заперечення здібностей, наявності інтелекту, її перспектив;

- заперечення прав дитини, заниження її віку, домінування, владарювання над нею;

- вказування на особистісні якості, які видають дитину як неадаптивну (слабка, безвідповідальна, несаможиттєва тощо);

- вказування на соціально несхвалювані риси дитини.

#### Близькість:

- відчуття спорідненості, єдності (вирази типу “ми”, “наш” тощо);

- належне знання дитини (розгорнутий опис її особистості, думок, почуттів, дрібниць, улюблених книг, фільмів, музики тощо);

- використання прямої мови;

- занепокоєність з приводу теперішнього та майбутнього дитини;

- виправдання дитини, приховування її недоліків;

- погляд на дитину зсередини, без порівняння з “нормою”, без беззаперечної орієнтації на відгуки про неї вчителів, вихователів, інших дорослих.

#### Віддаленість:



- відсторонення, ігнорування, незнання батьками друзів дитини, її захоплень, турбот, проблем, прихильностей;
- погляд на дитину з орієнтацією на “норму”; опис дитини за описами інших людей: вчителів, сусідів, знайомих;
- протиставлення “вона – ми”;
- формальний опис дитини, перерахування за пунктами її властивостей, сухість в описі інтимного життя дитини;
- постійне невикористання імені дитини.

Порядок аналізу інформації може бути таким: про дитину, про автора твору, про характер взаємодії між ними, про соціальну ситуацію в сім'ї.

Матеріали батьківських творів можуть бути використані в роботі з батьками для аналізу сімейного виховання, виявлення його “слабких місць” та спільного вироблення нових підходів для цілеспрямованої корекції батьківської позиції.

Всі перераховані параметри аналізу батьківського твору надають можливість скласти заключення відповідно до схеми:

- 1) характеристика емоційних стосунків та взаємодії в родині;
- 2) історія розвитку та психологічні особливості дитини;
- 3) батько/мати як вихователь;
- 4) рекомендації щодо проведення додаткового діагностичного обстеження, програми профілактичної та корекційної роботи з сім'єю, визначення ресурсів надання психологічної допомоги родині.

## **МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ ПРИХИЛЬНОСТІ ДИТИНИ ДО МАТЕРІ ( за Н. КАПЛАН)**

Необхідні матеріали. 2 набори з 8 картинок; кожен відповідно до статі досліджуваної дитини (додаються).

Картинки, які відображають послідовні моменти процесу розлуки хлопчика (чи дівчинки) з мамою:

- 1) дитина йде з мамою до літака;
- 2) мама стоїть біля літака, а дитина, прощаючись, махає їй рукою;
- 3) дитина дивиться услід відлітаючому літаку;
- 4) дитина на самоті повертається додому;
- 5) приходять поштар та приносить дитині посилку;
- 6) дитина відкриває посилку;
- 7) всередині посилки дитина знаходить іграшковий літак;
- 8) дитина плаче, а поштар стоїть поряд.

Мета дослідження. Визначення типу прихильності дитини дошкільного та молодшого шкільного віку до матері.

В основу методики покладено завдання скласти розповідь за серією картинок, на яких зображена ситуація розлуки з матір'ю, яка відлітає на літаку.

Серія з 8 картинок була запозичена з досліджень М. Чандлера, який використовував їх для вивчення дитячого егоцентризму. Зображення мають досить умовний характер та мало деталізовані для полегшення проєкції дітьми своїх переживань, думок та почуттів на персонажів картинок – хлопчика чи дівчинку залежно від статі досліджуваної дитини (відповідно

методика має 2 серії картинок).

Процедура проведення

Процедура проведення передбачає 3 етапи:

- 1) спочатку психолог пропонує дитині просто подивитися на картинки, де намальована історія про одного хлопчика (дівчинку), розкладаючи їх перед нею одну за одною;

2) після цього дитині пропонується розповісти цю історію та пояснити, “що тут відбувається?”;

3) по відношенню до кожної картинки дитину просять сказати, про що тут герой думає, який у нього настрій (“що він тут відчуває?”), що збирається робити тощо. В кінці бесіди дитину запитують про те, що буде, коли мама повернеться.

Оскільки в серії картинок зображення зустрічі немає, відповідь дитини на останнє запитання має суто проєктивний характер, що ґрунтується, за припущенням, на власному досвіді спілкування з мамою. Бесіда записується, а потім піддається аналізу.

#### Оцінка результатів

Предметом аналізу та оцінки є як зміст розповіді, яку склала дитина, так і її відповіді на запитання психолога, що допомагають з'ясувати, як дитина сприймає та емоційно переживає ситуацію розлуки з матір'ю. Згідно з системою оцінювання, розробленою Н. Каплан, визначається один з 4 типів

прихильності дитини до матері: надійний (В), тривожно-унікаючий (А), тривожно-амбівалентний (С) та дезорганізований (D).

Для дезорганізованого типу характерна серйозна дезорієнтованість у поведінці матері, внаслідок чого у дитини з легкістю виникають страхи та

найгірші занепокоєння відносно наслідків розлуки.

Інтерпретація результатів цієї методики має якісний характер, при цьому критерії диференціації розповідей дітей з погляду прояву в них типів прихильності переважно стосуються загального емоційного фону сприймання ситуації, здатності до вербалізації почуттів та думок з приводу розлуки, характеру інтерпретації поведінки матері (від'їзд, подарунок), а також способів справлятися зі своїми переживаннями. Н. Каплан наводить особливості розповідей дітей з різними типами прихильності.

Для дітей з надійним типом прихильності (В) є характерною здатність до відкритого та досить чіткого словесного оформлення сутності свого суму та деяких негативних переживань, які (що важливо підкреслити) виникли безпосередньо з приводу розлуки з об'єктом прихильності, а не з іншої причини, наприклад: “Тепер

дівчинка сумна, оскільки мама від'їжджає", "Хлопчик відчуває сум, оскільки мама відлітає". Діти з надійним типом прихильності показують себе більш активними та самостійними в пошуку способів конструктивно справлятися з важкою для них ситуацією розлуки, наприклад: "Вона піде на вулицю та буде гойдатися на гойдалці". Окремі діти пропонували тим чи інакшим способом зв'язатися з відсутньою мамою, щоб хоча б частково реалізувати свою фрустровану потребу в контакті та близькості, наприклад: "Дівчинка буде телефонувати своїй мамочці". Передбачувана зустріч з мамою уявляється як виключно радісна, після чого дитина повертається до своїх занять.

Розповіді та відповіді дітей з тривожно-уникаючим типом прихильності до матері (А) також відрізняються низкою особливостей, проте серед них домінує тенденція ігнорувати в картинках саме той зміст, який пов'язаний з появою прихильності, наприклад: "Жінка від'їжджає, а дівчинка дивиться". Зазвичай діти визнають, що дитина, зображена на картинці, засмучена, проте не пов'язують це почуття з розлукою, наприклад:

"Вона сумує, тому що хоче їсти". Крім цього, вони відкидають можливість, що герой картинки може сердитися чи відчувати схожі на гнів почуття, віддаючи перевагу думати, що у відсутності мами він, наприклад, "буде просто сидіти". Діти з таким типом прихильності можуть взагалі ігнорувати якщо не факт розлуки, то його значення для дитини, що, на думку авторів методики, вказує на відсутність у таких дітей спонукань до пошуку контакту та близькості з об'єктом прихильності. Загалом для цієї категорії дітей характерним є емоційне дистанціювання від об'єкта прихильності.

Для дітей з тривожно-амбівалентним типом прихильності до матері (С) типові прояви негативних почуттів (найчастіше – гніву) – відкриті або завуальовані. Тут проявляється тенденція звинувачувати об'єкт прихильності, а також приписувати герою історії ті чи інші форми протестної поведінки (часто суперечливої), наприклад: "Він весь час буде сидіти поряд з батьком та погано себе поводити".

Діти з дезорганізованим типом прихильності (D) виявляють ознаки тривоги, занепокоєнь чи очікувань чогось страшного, що може відбутись з

матір'ю (чи іншим об'єктом прихильності), наприклад: “Вона думає, що її мама помре, тому що літак загориться”. Аналогічно страхи можуть стосуватися самого героя історії, наприклад: “Він загубиться, а потім всі двері будуть зачинені, і він не зможе зайти”. Нерідко діти з цієї групи з явною тривогою реагують вже на саме завдання про від'їзд мами, а деяких це настільки лякає, що вони або завмирають і потім відповідають пошепки, або дають виключно односкладні чи суперечливі за змістом відповіді, наприклад:

“Їй добре, погано”. Як зазначає Г. В. Бурменська, ця методика має певні обмеження. Її потенціал звужений щодо дітей з труднощами в мовленнєвій та інтелектуальній сферах, оскільки вони можуть надавати невиразний матеріал, що не дає змоги робити висновки про прихильність дитини. З другого боку, може впливати втрата дитячої безпосередності, що супроводжує особистісний розвиток дитини в період кризи 7 років. У деяких

дітей проведення методики призводить до замкненості, недостатньої розгорнутості відповідей чи їх формалізації – свідомому “підлаштовуванню” під соціально очікувані та схвалювані стереотипи дитячо-батьківських стосунків. Тому методику Н. Каплан слід застосовувати вдумливо та доповнювати іншими методиками дослідження дитячо-батьківських стосунків, що відповідає загальній вимозі психологічного обстеження – його комплексному характеру.

## ЗМІСТ

Пояснювальна записка.....	3
Тема 1. Материнство як галузь психологічного дослідження.....	6
Тема 2. Батьківство як психологічний феномен.....	8
Тема 3. Психологія вагітності та перинатального материнства.....	9
Тема 4. Внутріутробний розвиток плоду.....	10
Тема 5. Психологічні аспекти порушення репродуктивних функцій жінки і девіантного материнства.....	11
Тема 6. Практичні питання психологічної допомоги в материнстві.....	12
Тема 7. Післяпологові депресивні стани.....	13
Завдання для самостійного опрацювання.....	15
Орієнтовний перелік контрольних питань.....	16
Рекомендована література та інтернет-ресурси.....	19
Додатки.....	22

**ПЕРИНАТАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ ТА ПІСЛЯПОЛОГОВІ ДЕПРЕСИВНІ  
СТАНИ:**

методичні рекомендації

навчально-методичне видання

друкується в авторській редакції